GYM form DUAL SHAPER

ジムフォーム
デュアルシェイパー

GYMFORM® DUAL SHAPER取扱説明書

このたびは弊社製品ジムフォーム デュアルシェイパーをお買い上げくださいまして誠にありがとうございます。ジムフォーム デュアルシェイパーでEMS（Electro Muscular Stimulation）運動と振動モードをお楽しみいただけます。末長くご愛用していただくために、この説明書をよくお読みいただき、正しくお取り扱いくださいますようお願いいたします。
製品をご使用になる前に、必ずお読みください。なお、この取扱説明書は大切に保管し、必要に応じてご覧ください。

安全にお使い頂くために（必ずお守りください）

① 正しく安全にお使いいただくためにはご使用になる前に必ず取扱説明書をよくお読みになり、十分納得された上で注意事項に従ってご使用ください。
② 取扱説明書に記載されていない方法や目的でのご使用あるいは、用途以外の目的でのご使用は事故やけがの原因になります。
③ お客様の不注意による破損やけがに対する責任は負いかねますのでご了承ください。
④ 故障していたり、故障と思われる場合はご使用にならないでください。
⑤ 取扱説明書のご使用ガイドライン、指示が守られない場合は、弊社は一切の責任を負いかねます。
⑥ 本品はおもちゃではありません。お子様のご使用は避けてください。

⚠《警告》

- 改造はしないでください。修理技術者以外の人は、分解したり修理したりしないでください。火災、感電、ケガの原因となります。修理はお買い上げの販売店までご相談ください。
- 使い終わったら必ず電源をコンセントから抜いてください。また、濡れた手で抜き差ししないでください。感電やケガをすることがあります。
- 身体が濡れている場合、ジムフォーム デュアルシェイパーのご使用をお控ください。
- 本体や電源コードを水につけたり、水をかけたりしないでください。また水のかかる場所に置かないでください。感電やショートの恐れがあります。
- エクササイズ以外の目的には使用しないでください。
- ジムフォーム デュアルシェイパーを運転中や睡眠中にはご使用にならないでください。
- 子供や自分で操作できない方は使用しないでください。
- けがの原因になりますので、お子様の手の届くところでの使用・保管はしないでください。
- ジムフォーム デュアルシェイパーを、お子様や動物へ使用しないでください。
- 本体内部に金属類や燃えやすい物を入れないでください。感電やショートの原因となります。
- 首もしくは胸や背中など、心臓部を電流が体の前後に流れるような位置にジムフォーム デュアルシェイパーを装着しないでください。同様に生殖器、頭には使用しないでください。
- 眠い時、就寝中はジムフォーム デュアルシェイパーを使用しないでください。
- 他電気運動器具との併用はお控ください。
- ご使用中はアルコール飲料を摂取しない・酒に酔っているときは使用しないでください。

以下の場合はジムフォーム デュアルシェイパーを使用しないでください。

- 医療用電子器具を使っている方
  - ・体内移植医療用の電子機器
  - ・人口心臓などの生命維持用電子機器
  - ・心電計などの装着型医療電子機器
- 妊娠中・生理期間中の方
- 授乳中の方
- 皮ふトラブルのある方
  - ・アトピー性皮膚炎のある方
  - ・過度な日光浴で皮膚がヒリヒリしたり、炎症のある方
  - ・ニキビなど炎症のある方
  - ・アレルギー体質で皮膚が特に敏感な方
  - ・化粧品による皮膚炎がある方
  - ・発熱症状がある方
  - ・整形手術を受けた方
- 血圧に支障がある、また以前支障があった方
- 胃腸など内臓に障害のある方、または治療中の方
- てんかん・血友病・糖尿病・がん・心臓病・神経筋疾患・傷害など重病の症状がある方
- 出産後６カ月以内の方（もしくは専門医に使用のご相談後指示に従ってください）
- 子宮内避妊器具を使用して１ヶ月未満の方
- ３カ月以内に帝王切開をされた方
  （もしくは専門医に使用のご相談後指示に従ってください）

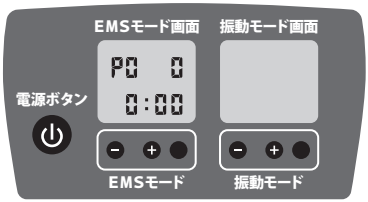
以下の方は、ジムフォーム デュアルシェイパーを使用する前には必ず専門医師への相談後指示に従ってください。

- 腰痛がある方（本体を使用される場合は、弱い強度レベルを選択してください）
- 最近手術を受けた方
- 糖尿病によるインシュリン治療をされている方
- にきび・ほくろ・あざ・糖尿病・アトピー性皮膚炎・血友病・免疫不全・酒さ・静脈瘤・傷・痛み・炎症のある皮膚などにはジムフォーム デュアルシェイパーを使用しないでください。必ず医師に相談後、指示に従ってください。

※ ジムフォーム デュアルシェイパーは医療機器、治療機器ではありません。

【ベルト着用について】

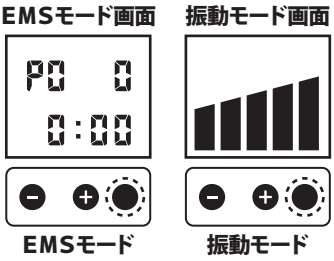
1．電源をコンセントに差し込みます。
2．ベルト本体下にあるアダプターコード接続部分に接続します。
3．コードを差し込むと、ピッと音がなり待機状態になります。
（パネル上には何も表示されません）
4．ジムフォーム デュアルシェイパーベルトをお好みの部位に取り付けます。
5．電源ボタン ⏻ を押すと、図のように表示されます。この際両モードとも待機状態で作動しません。
6．それぞれのモードを開始する際は、各モードの電源（ON/OFF）ボタン On/Off Programms を押してください。



※ ジッパー（保守用）
決して開けないでください。
ベルト本体上部にあるジッパーは保守・点検の為のものです。ご使用の際は絶対に開けないようにしてください。

【コントロールパネルについて】

- 電源がコンセントに差し込まれていることを確認して、コントロールパネルにある各モードの電源（ON/OFF）ボタン On/Off Programms を押して作動させます。
- コントロールパネル上のEMS表示部分（コントロールパネル左側）が表示されます。
- EMSモードを開始する際は、EMSモード電源（ON/OFF）ボタン On/Off Programms を押すまで作動しません。
- 振動モードを作動させる場合は、電源（ON/OFF）ボタン On/Off Programms を押してください。
- コントロールパネルは本体から約55cm まで伸縮できます。



※ 元の位置まで戻す場合、最後まで伸ばしきると元にもどす事ができます。この際、コントロールパネルのコードをねじらずに元に戻してください。コードがねじれていると正しく戻らない場合があります。又故障の原因となります。

【ジムフォーム デュアルシェイパーの特徴】

ジムフォーム デュアルシェイパーは３つの方法でお楽しみ頂くことができます。

◇ 振動モードとEMSモードを同時に使用

コントロールパネルで両方のプログラムの電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms でそれぞれ設定します。

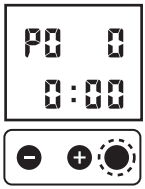
◇ 振動モードのみ使用

コントロールパネルの振動モードの電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms で設定します。

◇ EMSモードのみ使用

コントロールパネルのEMSモードの電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms で設定します。

EMSモード画面



EMSモード

振動モード画面

振動モード

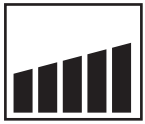
【振動モードについて】

振動モードは30分間で、自動的に切れます。

※ 30分間以内でモード終了を希望する場合、電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms で電源を切り、時間を調節してください。

※ 振動モードは30分間で自動的に電源が切れる設定ですが、本体を長時間のご使用の際は、ベルト部分がモーターの熱により温かく感じる場合があります。本製品の性能・安全性等には支障はありません。

振動モード画面



振動モード

◇ 自動振動モード（AUTOモード）

— 振動プログラムスクリーンで電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms を押します。

振動モード

POINT

振動の強度は、レベル1(弱)～レベル5(強)の間で自動的に変化するのが特徴。

◇ マニュアル振動モード

このモードでは、振動の速度を1（弱）～5（強）レベルからお好みで選択できます。

— 振動モード（パネル右側）の電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms を２回押すと、スクリーン上に「Manual」と表示されます。

— お好みの振動レベルを「⊕」もしくは「⊖」ボタンを押し選択可能（５段階から選択）。

— プログラムが作動中でも、お好みの速度を「⊕」もしくは「⊖」ボタンでレベル変更できます。

振動モード

振動モード

【重要】

振動モードのご使用の際、肌が弱い方・気になる方は素肌に直接装着せず、衣類を着た状態でご使用ください。
ボタン・ベルト・ジッパー等がついている衣類の上でのご使用や、シルクのような薄い衣類でのご使用はお控ください。本体動作により衣類や本体を破損する恐れがあります。
本体をご使用中に体にかゆみ・異常を感じた場合は、直ちにご使用を控えてください。

【EMSモードについて】

～EMSトレーニングってなに？～

EMSトレーニングとはEMSの電気の刺激で、通常の運動より手軽に、筋肉のトレーニングをする事をいいます。
この EMSトレーニングの中のEMSとは、電気的筋肉刺激 (Electrical Muscle Stimulation) の事を言います。すでに欧米諸国では、スポーツ選手（ジャンルを問わず）の筋トレや一般の人の筋肉トレーニングなどに、幅広い分野で 活用されています。
ジムフォーム デュアルシェイパーのEMSモードには、５種類の自動トレーニングプログラムがあり様々なトレーニングが可能です。また異なったタイプの周波数や強さ、パターンを変えて筋肉に作用します。
ジムフォーム デュアルシェイパーのEMSモードが、あなたの代わりに勝手に運動してくれます。

- **EMSモードは５種類のプログラムから選択（トレーニングタイムは初期設定されています）**
- **強度は１～30レベルから選択**

【重要】

ジムフォーム デュアルシェイパーのEMSモードの使用は各筋肉あたり、自動設定タイム、２～３回までとし、各セッションの間にできる限り約４時間以上の休憩をいれてください。
ジムフォーム デュアルシェイパーによるトレーニングは、体を動かす運動後のような疲労感や筋肉の張りなどは感じにくいですが、筋肉は運動により大変疲労していますので、連続による使用はお控ください。
自分のフィットネスレベルにあわせてトレーニングのメニューを調整し、常に心地よさを感じるようにしてください。

— 本体の電源ボタン ⏻ を押し電源を入れます。（EMSモード画面に表示され、待機状態になります）

— コントロールパネル上のEMS表示部分（コントロールパネル左側）で電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms を押します。すぐにプログラムが開始されますのでご注意ください。
EMSモードのプログラム変更の際も、この電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms を使用します。

— 強度１（最弱）から強度30（最強）まで「⊕」もしくは「⊖」ボタンを押して変更できます。

EMSプログラムモード

モード	名称	タイマー	リズム詳細
プログラム 1	空手チョップモード	21分間	6秒間のダダダダ゛・・・ 9秒間のトントン・・・ 2秒間の休憩
プログラム 2	タッピングモード	20分間	11秒間のタタタ・・タタタ・・ 4秒間のトットットッ・・
プログラム 3	シルエットモード（レベル強）	24分間	10秒間のダダダダダ゛・・3秒間の休憩・・ 8秒間のトントン・・4秒間の休憩
プログラム 4	タポートメント モード（ゴットハンド）（レベル強）	24分間	2秒間のダダダ゛・・ 4秒間の休憩
プログラム 5	パーカッションモード	22分間	9秒間のダダダダダ゛・・ 6秒間のトントン・・・

※ EMSモードのプログラム時間は初期設定（プリセット）されています。
※ EMSモードのプログラム時間は変更できません。
※ リズム詳細の秒間隔 / 感覚は目安にしてください。

※ EMSモードの強度は一度に上げ過ぎず、多少慣れたあとで徐々に上げていくことをお勧めします。特にモード3とモード4は他のモードより筋肉の収縮弛緩を強く感じる場合があります。

⚠《注意》

◆ ジムフォーム デュアルシェイパーのEMSモードは筋肉に強い負荷を与えます。
強度1～30レベルから選択できますが、**使用する際は決して無理をせず慣れるまで、強度を上げ過ぎないようにしてください。使用の際に気分が悪くなった・不快感がある場合は、ただちに使用を中止してください。**

◆ ジムフォーム デュアルシェイパー専用パッド（2枚）が肌にしっかり密着していない場合､EMSモードは選択できないように設定されています。
（電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms を押しても作動はしません）

電源が作動しない・モードが選択できない・途中で電源が切れてしまうなどがある場合、パッドが正しく肌に装着されていないことが原因の一つです。**正しくパッドが本体に接続されているか・正しくパッドが肌に密着しているか**を確認してください。

◆ トレーニング中にEMSモードの強度を上げ過ぎてしまう（誤作動）事を回避するため、作動中に強度やモードを変更する際、コントロールパネルをベルトから引っ張り、モード変更が良く確認できるようお手元で行うようにしてください。

◆各プログラムモードの時間は初期設定されています。
規定時間内にプログラムを終了させる場合、電源（ON/OFF）
ボタン On / Off Programms をプログラム０になるまで押してください。

EMSモード

【重要】

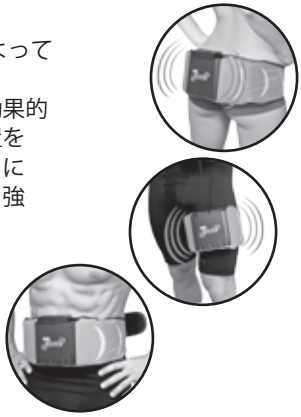
専用パッドは、肌に直に接していなければなりません。
ジムフォーム デュアルシェイパーのEMSモードは衣服の上からは使用できません。

専用パッドの交換の目安

パッドは約30回のご使用で交換することをお勧め致します。**パッドの粘着力が弱くなると製品の効果が発揮できない・ピリピリとした痛みが出る**場合があります。
パッド表面がほこりや皮脂で汚れが目立ってきた・パッドの粘着力が落ちた場合、湿ったスポンジなどを使用してパッド表面を湿らせることで多少長持ちさせることができます。

本体ベルトの位置

ジムフォーム デュアルシェイパーを装着する正しい位置は人によって異なってきます。
ＥＭＳモードを使用する際の理想的な位置は運動神経の近くが効果的です。使用中に本体ベルトを筋肉上で動かして最も効率的な位置を見つけるようにしてください。本体ベルトを少しずつ動かすことにより、筋肉の収縮の強弱がわかります。最適なポジションは最も強い収縮が感じられる場所です。



振動モードを使用する際は、ベルト本体のマジックテープでしっかり固定し、身体に巻きつけてください。

使用できる箇所
・お腹・背中・お尻・太もも・腕など

【お手入れの仕方】

ベルト本体に汗が付着した場合、湿った布等で軽く拭いてください。この際、本体から必ず電源コードをコンセントから抜いてください。

【製品仕様】

○ 電源：AC100V / 50-60Hz / 電力消費：12W
○ サイズ：
　・本体ベルト / 約135cm×15cm×７cm
　・専用パッド / 約10. 5cm×3. 8cm×0. 2cm
○ 重量：約683g（パッド装着時）
○ ウエスト適応サイズ：約65～約133cm
○ 電源コード長さ：約175cm
○ コントロールパネルの伸縮：ベルト本体から約55cm まで伸縮
○ 生産国：中国製
○ 材質：
　・コントローラー：ABS樹脂
　・ベルト：PVC（塩化ビニル樹脂）
　・ベルトシールド：PP（ポリプロピレン）

【セット内容】

● GYMFORM　DUAL SHAPER本体ベルト
● 専用ACアダプター
● 専用パッド２枚
● テープメジャー
● キャリーバッグ
● 取扱説明書
● ダイエットお助けメニュー

【よくある質問】

Q ジムフォームデュアルシェイパーはどのように作用するのでしょうか？

A ジムフォームデュアルシェイパーEMSモードの刺激は筋肉を動かす時に脳から筋肉に送られるメッセージを模範するように設計されています。このメッセージは筋肉の収縮と弛緩を引き起こします。

Q 筋肉を痛めたりする可能性はありますか？

A はい。一般的なエクササイズと同じです。強すぎる刺激や過度な使用、短期間にレベルを上げるなどの使用は筋肉疲労や皮ふトラブルを起こす・体調を損ねる恐れがありますので、お止めください。ジムフォーム デュアルシェイパーは強力なトレーニング器具です。EMSモードを使用する際は、最初から強度レベルを上げ過ぎず慣れてきたら徐々に強度レベルをあげていく事をお勧めします。

Q 不快に感じることはありますか？

A 専用ジェルパッドが湿った状態で、肌に対してぴったりと密着していれば、不快感を感じることはありません。

Q 治療中の病気がありますが使用できますか？

A 病気の為に運動を控えるよう言われている場合はご使用できません。治療の経過中であっても、ご使用前に必ず医師にご相談ください。
本製品は健康な成人向けに作られています。

Q いつ効果を実感できるのでしょうか？

A 使用強度や体内の脂肪によっても異なりますが、ジムフォーム デュアルシェイパーをご自分の運動プログラムに取り入れて、毎日２回のご使用で４～８週間で筋肉の高まりを感じるようになるでしょう。

Q EMSモードを使用中にチクチクする刺激を感じ始めましたが、収縮しません。

A 装着した本体ベルトを少し動かして、最大の収縮が得られて最も心地よい感覚が得られる場所を見つけてください。または、強さを１段階上げてみてください。
ジェルシートが乾いている場合や、本体ベルトが肌に対してぴったりと締められていない場合があります。本体ベルトを一旦外して、専用パッドが肌に密着するように、ベルトを正しく締め直してください。

Q 各モードのエクササイズ後に肌が赤くなっているのに気が付きましたが、これは問題でしょうか？

A ジムフォームデュアルシェイパーの使用後に多少肌が赤くなる、かゆみが出たりすることがあります。
この原因の一つは皮ふの下の血流が増えたことで、すぐに赤みはなくなります。また伸ばした本体ベルトから肌への圧力も原因となっている可能性があります。
但し、異常に赤くなっている場合や発疹・はれなどのアレルギー症状がある場合は使用を中止して医師にご相談ください。

【故障かなと思ったら】

問題

ディスプレイが全く表示されない

解決策

○ アダプターを正しく接続してください。
○ ベルト本体のメイン電源ボタン ⏻ を押し、電源を入れてください。

問題

ディスプレイは表示されるが、何も起こらない

解決策

○ ご使用になる各モードの電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms を押して作動させてください。
○ EMSモードを使用する際は、ベルトにパッドを取り付けてください。
○ EMSモードを使用する際は、パッドの保護シールをはがし、肌に密着するようにベルトを取り付けてください。
○ 専用パッドの汚れが目立つ・乾いている場合は、新しいものと交換してください。
○ ベルトを一旦外した後、再度正しく取り付けてください。
○ 本体ベルトを動かして「ピッタリくるツボ」を見つけてください。

EMSモード

【重要】

本体ベルトに電源コードを差し込む際は、しっかりと奥まで差し込んでください。
正しくコードが差し込まれていない場合、本体は作動しません。

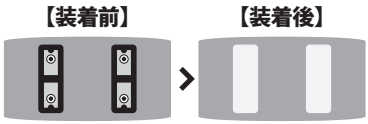
EMSモードご使用の際は、ここをチェック！！

□ 全てパッドのボタンホックはパチッと音がするまできちんとはまっている。
□ 専用パッドをベルト内側ボタンホック部分に２か所とも取り付けてある。
□ パッドの保護シールをはがしてある。(保護シールをつけたまま・衣類の上からでは作動しません)
□ パッドが直接地肌に密着している（１か所でも浮いていると作動しません)。
□ 振動モードと併用で、パッドが肌からはがれてしまった。
□ 電源コードが本体に正しく接続されている。

EMSモードを使用する前に上記チェックポイントを再確認してください。
『動かない・何も感じない』場合の多くが、この６つが原因です。

クイックスタート

1．専用パッドを本体ベルトの２か所全てに装着。
（EMSモードを使用する場合）
※ それぞれ２つのホックにしっかりとめてください。



▼

2．本体ベルトをお腹の周りに巻きつけます。
※ この際はボディにフィットするように巻きつけて！

▼

3．電源ボタン ⏻ を押し、本体コントローラーの電源を入れてください。
ボタンを押すと待機状態になります。（この時点では各モードは作動しません）

▼

4．EMSモードもしくは振動モードの電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms を押します。
※ コントローラーを本体ベルトからお手元まで引っ張ることができます。モード変更の際には、コントローラーを胸元まで引いてください。振動モード中はスクリーンが見易くなります。
※ 電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms を押すとすぐにプログラムがスタートします。
※ それぞれのモードの電源（ON/OFF）ボタン On / Off Programms を押すと、プログラムが変更されます。
・EMSモード（５種類のプログラム）
・振動モード（２種類のプログラム）

EMSモード

▼

5．それぞれ各モードの「⊕」もしくは「⊖」ボタンで強度を選択。
※ 振動モードはマニュアルモードのみ強度が選択できます。
※ ジムフォームデュアルシェイパーは強力なトレーニング器具です。EMSモードご使用の際、初めから強度を上げ過ぎないようにしてください。

▼

6．電源を切るには、コントロールパネル上の電源ボタン ⏻ を押してください。

株式会社 e-chance
〒140-0013 東京都品川区南大井 3-24-13
Copyright ©2010 e-chance. All Rights Reserved